

СТЕРЛИТАМАКСКИЙ ФИЛИАЛ
ФЕДЕРАЛЬНОГО ГОСУДАРСТВЕННОГО БЮДЖЕТНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО
УЧРЕЖДЕНИЯ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«БАШКИРСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

Факультет *Кафедра физвоспитания*
Кафедра *Физической культуры и здоровьесберегающих технологий*

Рабочая программа дисциплины (модуля)

дисциплина ***Б1.В.ДВ.01.01 Спортивная морфология***

часть, формируемая участниками образовательных отношений

Направление

49.03.01

код

Физическая культура

наименование направления

Программа

Спортивная тренировка в избранном виде спорта

Форма обучения

Заочная

Для поступивших на обучение в
2019 г.

Разработчик (составитель)

канд.пед.наук, доцент

Крылова С. В.

ученая степень, должность, ФИО

Стерлитамак 2022

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций	3
2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы	4
3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся	5
4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий.....	5
4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах).....	5
4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)	6
5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю).....	6
6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)	7
6.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)	7
6.2. Перечень электронных библиотечных систем, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем	7

1. Перечень планируемых результатов обучения по дисциплине, соотнесенных с установленными в образовательной программе индикаторами достижения компетенций

Формируемая компетенция (с указанием кода)	Код и наименование индикатора достижения компетенции	Результаты обучения по дисциплине (модулю)
ПК-5. Способен планировать результаты спортивной подготовки занимающихся	ПК-5.1. планирует содержание тренировочного процесса на основе требований федерального стандарта спортивной подготовки с учетом уровня подготовленности занимающихся, их функционального состояния;	Обучающийся должен: Знать - виды, содержание и технологию планирования тренировочных занятий в виде спорта; - оптимальное соотношение тренировочной и соревновательной нагрузки занимающихся на этапах спортивной подготовки по виду спорта; - продолжительность систематической подготовки для достижения наивысших спортивных результатов
	ПК-5.2. анализирует индивидуальные результаты занимающегося на этапах спортивной подготовки по виду спорта;	Обучающийся должен: уметь использовать тесты для контроля и оценки уровня физической, технической, тактической подготовленности занимающихся;
	ПК-5.3. составляет программу тренировочного процесса занимающегося, ориентированного на обеспечение роста технического и тактического мастерства,	Обучающийся должен: владеть методикой планирования тренировочных нагрузок при построении микроциклов, мезоциклов и макроциклов занимающихся в ИВС;
ПК-4. Способен отбирать занимающихся и оценивать их перспективность в достижении спортивных результатов	ПК-4.1. Интерпретирует аналитические данные о динамике состояния здоровья, уровня подготовленности, соревновательной деятельности занимающихся для выявления перспективных занимающихся	Обучающийся должен: знать Прогнозы развития общих и специальных спортивных способностей, личностно-психических качеств занимающихся
	ПК-4.2. Оценивает уровень спортивного результата	Обучающийся должен: уметь Вести отчетную

	<p>занимающегося, способность показывать наивысшие результаты в экстремальных условиях, соревновательный опыт, умение приспособливаться к условиям конкретных соревнований</p>	<p>документацию по отбору занимающихся на этапы совершенствования спортивного мастерства, высшего спортивного мастерства</p>
	<p>ПК-4.3. Использует морфологические критерии спортивного отбора</p>	<p>Обучающийся должен: владеть навыками оценки уровня спортивно-технического и тактического мастерства, степень закрепления техники выполнения наиболее неустойчивых элементов при выполнении упражнения, технической готовности устойчивости занимающегося сбивающим факторам</p>

2. Цели и место дисциплины (модуля) в структуре образовательной программы

Цели изучения дисциплины:

Дисциплина Спортивная морфология относится к части формируемой участниками образовательных отношений

Цель дисциплины – формирование у студентов знаний по основным разделам спортивной морфологии, необходимых для полноценной подготовки высококвалифицированных специалистов в области физического воспитания.

Дисциплина изучается на 5 курсе в 9, 10 семестрах

3. Объем дисциплины (модуля) в зачетных единицах с указанием количества академических или астрономических часов, выделенных на контактную работу обучающихся с преподавателем (по видам учебных занятий) и на самостоятельную работу обучающихся

Общая трудоемкость (объем) дисциплины составляет 72 акад. ч.

Объем дисциплины	Всего часов
	Заочная форма обучения
Общая трудоемкость дисциплины	72
Учебных часов на контактную работу с преподавателем:	
лекций	4
практических (семинарских)	8
другие формы контактной работы (ФКР)	0,2
Учебных часов на контроль (включая часы подготовки):	3,8
зачет	
Учебных часов на самостоятельную работу обучающихся (СР)	56

Формы контроля	Семестры
зачет	10

4. Содержание дисциплины (модуля), структурированное по темам (разделам) с указанием отведенного на них количества академических часов и видов учебных занятий

4.1. Разделы дисциплины и трудоемкость по видам учебных занятий (в академических часах)

№ п/п	Наименование раздела / темы дисциплины	Виды учебных занятий, включая самостоятельную работу обучающихся и трудоемкость (в часах)				СР
		Контактная работа с преподавателем			СР	
		Лек	Пр/Сем	Лаб		
1	Безымянный	4	8	0	56	
1.10	Свойства и показатели спортивной подготовленности	0	0	0	4	
1.1	Предмет, задачи и содержание курса спортивной морфологии. Значение морфологии в тренировочном процессе	2	0	0	6	
1.2	Основные этапы онтогенеза, их особенности и периодизация	0	4	0	6	
1.3	Определение компонентов тела человека. Зубной возраст. Костный возраст. Возрастные изменения размеров тела.	2	0	0	6	
1.5	Показатели спортивной подготовленности	0	0	0	4	

1.6	Адаптация к физическим нагрузкам систем исполнения движений	0	0	0	4
1.7	Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения и регуляции движений	0	0	0	4
1.8	Роль морфофункциональных показателей при спортивном отборе	0	0	0	4
1.9	Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций	0	0	0	4
1.11	Контроль силовых качеств с помощью измерительных приборов. Методы оценки основных характеристик нагрузок	0	0	0	4
1.12	Основы контроля физической подготовленности: техники, тактики, соревновательной деятельности	0	0	0	4
1.4	Интегральные показатели биологического возраста	0	4	0	6
	Итого	4	8	0	56

4.2. Содержание дисциплины, структурированное по разделам (темам)

Курс лекционных занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1	Безымянный	
1.1	Предмет, задачи и содержание курса спортивной морфологии. Значение морфологии в тренировочном процессе	Значение морфологии в тренировочном процессе
1.3	Определение компонентов тела человека. Зубной возраст. Костный возраст. Возрастные изменения размеров тела.	Определение компонентов тела человека. Зубной возраст. Костный возраст. Возрастные изменения размеров тела.

Курс практических/семинарских занятий

№	Наименование раздела / темы дисциплины	Содержание
1	Безымянный	
1.2	Основные этапы онтогенеза, их особенности и периодизация	Основные этапы онтогенеза, их особенности и периодизация
1.4	Интегральные показатели биологического возраста	Интегральные показатели биологического возраста

5. Учебно-методическое обеспечение для самостоятельной работы обучающихся по дисциплине (модулю)

Самостоятельная работа обучающихся заключается в проработке учебного материала (по конспектам, учебной литературе), подготовке к экзамену

Список тем для самостоятельной работы:

1. Предмет, задачи и содержание курса спортивной морфологии. Значение морфологии в тренировочном процессе
2. Основные этапы онтогенеза, их особенности и периодизация

- 3.Определение компонентов тела человека. Зубной возраст. Костный возраст. Возрастные изменения размеров тела.
- 4.Интегральные показатели биологического возраста
- 5.Показатели спортивной подготовленности
- 6.Адаптация к физическим нагрузкам систем исполнения движений
- 7.Адаптация к физическим нагрузкам систем обеспечения и регуляции движений
- 8.Роль морфофункциональных показателей при спортивном отборе
- 9.Морфологическая характеристика спортсменов некоторых специализаций
- 10.Свойства и показатели спортивной подготовленности
- 11.Контроль силовых качеств с помощью измерительных приборов. Методы оценки основных характеристик нагрузок
- 12.Основы контроля физической подготовленности: техники, тактики, соревновательной деятельности

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины (модуля)

6.1. Перечень учебной литературы, необходимой для освоения дисциплины (модуля)

Основная учебная литература:

1. 1.Иваницкий, М.Ф. Анатомия человека (с основами динамической и спортивной морфологии) : учебник / М.Ф. Иваницкий. — 14-е изд. — Москва : Спорт-Человек, 2018. — 624 с. — ISBN 978-5-9500179-2-6. — Текст : электронный // Электронно-библиотечная система «Лань» : [сайт]. — URL: <https://e.lanbook.com/book/104014> (дата обращения: 23.06.2021). — Режим доступа: для авториз. пользователей. .

Дополнительная учебная литература:

1. 2.Щанкин, А.А. Возрастная анатомия и физиология : курс лекций / А.А. Щанкин. - М. ; Берлин : Директ-Медиа, 2015. - 174 с. : ил. - Библиогр. в кн. - ISBN 978-5-4475-4854-4 ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=362806>
2. 1.Рожков, М.С. Руководство к практическим занятиям по спортивной морфологии : учебное пособие / М.С. Рожков ; Министерство спорта Российской Федерации, Сибирский государственный университет физической культуры и спорта. - Омск : Издательство СибГУФК, 2015. - 136 с. : ил. ; То же [Электронный ресурс]. - URL: <http://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=459429> .

6.2. Перечень электронных библиотечных систем, современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем

№ п/п	Наименование документа с указанием реквизитов
-------	---